

FAQ zum Kanumehrkampf

Generell:

Wer darf am KMK bei den Deutschen Meisterschaften teilnehmen?

WB 3.6.2: Jede Gruppe gemäß 3.3.2 bestimmt hierbei eigenständig die Wettkampfinhalte und Kriterien für die Bestimmung der Vergabe dieser Startplätze. Diese Kriterien müssen Bestandteil der Ausschreibung der jeweiligen Gruppenregatta sein. Die Jury einer jeden Gruppenregatta benennt die Startberechtigten in einer Liste, die sie der Ergebnisliste der Gruppenregatta beifügt und die sie mit dieser gemäß Ziffer 3.3.4 versendet.

Diese Startberechtigungen durch die Gruppen sind personenbezogen. Ein Ersetzen der durch die Juries der Gruppenregatten benannten Sportler und Sportlerinnen durch die Vereine ist nicht möglich.

100m-Sprint im Boot:

Warum wird hier nur mit der Genauigkeit auf Zehntel-Sekunde gemessen?

Die Landessportwarte haben dies (zuletzt Herbst 2011) einstimmig beschlossen, um unterschiedliche Ergebnisse gerade bei unterschiedlichen Startzeiten und abweichenden äußeren Einflüssen nicht über zu bewerten. Hierbei wurde auch die erhöhte Möglichkeit gleicher Platzierungen bewusst in Kauf genommen.

1000m im Boot:

Wie erfolgt die Ergebnisermittlung/Wertung?

Dieser Teil-Wettbewerb des KMK wird über Vor-, Zwischen- und Endlauf ausgetragen.

a) bei 4 VL:

- von den VLs qualifizieren sich die ersten 6 Boote für 3 ZL
- von den ZLs kommen je die ersten 3 Boote in den EL-A und fahren dort die Ränge 1-9 aus
- von den ZLs kommen die Boote 4-6 in den EL-B und fahren dort die Ränge 10-18 aus
- alle weiteren Teilnehmer erhalten dann die Rangziffer 19

b) bei 3 VL:

- von den VLs qualifizieren sich die ersten 2 Boote direkt für den EL,
die Boote 3-5 für den ZL
- von dem ZL qualifizieren sich die ersten 3 Boote für den EL
- im EL werden die Ränge 1-9 ausgefahren
- die Ränge 10-15 ergeben sich aus der Platzierung im ZL
- alle weiteren Teilnehmer erhalten dann die Rangziffer 16

c) bei 2 VL:

- von den VLs qualifizieren sich die ersten 3 Boote direkt für den EL,
die Boote 4-7 für den ZL
- von dem ZL qualifizieren sich die ersten 3 Boote für den EL
- im EL werden die Ränge 1-9 ausgefahren
- die Ränge 10-14 ergeben sich aus der Platzierung im ZL (Anm. nur max 8 Teilnehmer)
- alle weiteren Teilnehmer erhalten dann die Rangziffer 15

Athletik-Übungen generell:

Darf ich bei den athletischen Übungen des KMK barfüßig starten?

Nein

1500m-Lauf:

Warum wird hier nur mit der Genauigkeit auf Zehntel-Sekunde gemessen?

Die Landessportwarte haben dies (zuletzt Herbst 2011) einstimmig beschlossen, um unterschiedliche Ergebnisse gerade bei unterschiedlichen Startzeiten und abweichenden äußeren Einflüssen nicht über zu bewerten. Hierbei wurde auch die erhöhte Möglichkeit gleicher Platzierungen bewusst in Kauf genommen.

Bei Deutschen Meisterschaften sollte die Laufstrecke generell die längstmögliche Distanz der in der WB beschriebenen Streckenlänge betragen.

Schlängellauf:

Muss ich vorwärts durch die Hindernisstangen laufen oder ist das auch seitlich (per Seitstepp) möglich?

Beides ist erlaubt, nur der Laufweg ist vorgegeben.

Wenn ich die letzte Stange ausspare, müsste das nur 1 Strafsekunde geben?

Nein, denn dann wurde 2* der falsche Laufweg gewählt und 1 Stange ausgelassen (entspricht 1 Umwurf): das sind 3 Punkte und damit die Disqualifikation in diesem Durchgang.

Basketball-Druckwurf an die Wand:

Darf ich mich entlang der Wurflinie (bis zu 2m = Mattenkante) wirklich frei nach rechts bzw. links bewegen?

JA - auch das Zurück-Bewegen ist erlaubt: es darf nur nicht die Wurflinie betreten oder überschritten werden.

Muss der Ball vor dem nächsten Druckwurf jeweils „fest“ gefangen werden ?

Nein - aber bei der Druckwurf-Bewegung müssen beide Hände den Ball berühren.

Gibt es eine Höhenbegrenzung an der Wand (oben/unten), die zu beachten ist?

Nein, die komplette in ihrer Höhe verfügbare Wand kann genutzt werden.

Welche Maßvorgaben gibt es für den Basketball?

Es kommen Basketbälle mit folgenden Vorgaben zum Einsatz:

Umfang: 749-780 mm (Größe 7)

Gewicht: 567-650 g

Material: Synthetik- bzw. Kunstleder

Fallhöhe/Rückprallhöhe: ca. 1800 / 1300 mm (wichtig für den Balldruck)

Wichtig: innerhalb einer Disziplingruppe (z.B. m.SchA AK 13) wird mit dem gleichen Ball die Übung durchgeführt

Medizinballübungen - generell:

Welche Maßvorgaben gibt es für den Medizinball?

Bei diesen Übungen kommen Medizinbälle mit folgenden Vorgaben zum Einsatz:
gefüllter Medizinball
Durchmesser: ca 18 cm
Gewicht: 2,0 kg
Material: Synthetik- bzw. Kunstleder

Einwurf mit Medizinball:

Was bedeutet „aus dem Stand werfen“ bzw. „stehend“?

Auf der Abwurffläche darf kein Anlauf genommen werden, sondern aus der stehenden Grundhaltung ist der Wurf auszuführen.
Dabei muss zumindest 1 (!) Fuß während der Wurfbewegung immer Kontakt mit dem Boden haben – kein Springen!

Was bedeutet „die Abwurflinie darf mit keinem Körperteil übertreten werden“?

Ein Fuß darf bei der Gesamtbewegung abgehoben und wieder aufgesetzt werden. Hierbei darf dieser die Abwurflinie nicht berühren bzw. jenseits davon auf dem Boden auftreten.

Ist auch ein Einwurf mit parallel nebeneinanderstehenden Beinen erlaubt?

JA

Was passiert, wenn der Ball nicht im Wurfkorridor landet?

Dann wird dieser Versuch ungültig gewertet.

einarmiges Stoßen mit Medizinball

Was bedeutet „aus dem Stand stoßen“ bzw. „stehend“?

Auf der Abwurffläche darf kein Anlauf genommen werden, sondern aus der stehenden Grundhaltung (Schrittstellung) ist der Stoß auszuführen.
Dabei muss zumindest 1 (!) Fuß während der Stoßbewegung immer Kontakt mit dem Boden haben – kein Springen!

Was bedeutet „die Abwurflinie darf mit keinem Körperteil übertreten werden“?

Ein Fuß darf bei der Gesamtbewegung abgehoben und wieder aufgesetzt werden. Hierbei darf dieser die Abstoßlinie nicht berühren bzw. jenseits davon auf dem Boden auftreten.

Was passiert, wenn der Ball nicht im Wurfkorridor landet?

Dann wird dieser Versuch ungültig gewertet.

Schocken vorwärts mit Medizinball:

Was bedeutet „aus dem Stand schocken“ bzw. „stehend“?

Auf der Abwurffläche darf kein Anlauf genommen werden, sondern aus der stehenden breitbeinigen Grundhaltung heraus ist der Schock-Wurf auszuführen.

Darf hierbei die Ausholbewegung mehrmals („Schwingen“) durchgeführt werden bevor der Ball die Hände verlässt?

JA

Was bedeutet „die Abwurflinie darf mit keinem Körperteil übertreten werden“?

Nach dem Abwurf darf kein Körperteil weder die Abwurflinie selbst bzw. jenseits davon den Boden berühren.

Ist auch ein Einwurf mit in Schrittstellung stehenden Beinen erlaubt?

Nein

Überkopfwurf rückwärts mit Medizinball

Was bedeutet „aus dem Stand werfen“ bzw. „stehend“?

Auf der Abwurffläche darf kein Anlauf genommen werden, sondern aus der stehenden breitbeinigen Grundhaltung heraus ist der Überkopfwurf auszuführen.

Darf hierbei die Ausholbewegung mehrmals („Schwingen“) durchgeführt werden bevor der Ball die Hände verlässt?

JA

Was bedeutet „die Abwurflinie darf mit keinem Körperteil übertreten werden“?

Nach dem Abwurf darf kein Körperteil weder die Abwurflinie selbst bzw. jenseits davon den Boden berühren.

Ist auch ein Einwurf mit in Schrittstellung stehenden Beinen erlaubt?

Nein

Schlussweitsprung

Was bedeutet „aus dem Stand springen“ bzw. „stehend“?

An der Absprunglinie darf kein Anlauf genommen werden, sondern aus der Grundhaltung (Schlussstellung) heraus ist der Sprung auszuführen.

Darf hierbei die Armschwungbewegung („Schwingen“) vor dem Absprung mehrmals durchgeführt werden bevor der Absprung erfolgt?

JA

Wird bei einem versehentlichen Rückwärtsfallen bei der Landung im Sand auch die kürzeste Strecke von der Absprunglinie bis zu dem zur Absprunglinie nächsten Abdruck zur Messung genutzt?

JA - nur bei der Landung auf Turnmatten gilt die absolute Vorgabe mit dem durch Kreideauftrag an den Fersen erfolgten Abdruck.

Ist auch ein Absprung mit in Schrittstellung stehenden Beinen erlaubt?

Nein